CONGRES des TYPHLOPHILES (PARIS. 1910.) 1

UTILITE de la MACHINE à écrire en HYGIENE OCULAIRE

par le Docteur FERRIER.

Le surmenage est pour la vision une des principales causes de déchéance; aussi l'hygiène oculaire a-t-elle surtout pour but la recherche et l'indication des procédés ou des méthodes, susceptibles de prévenir ou d'atténuer la fatigue de l'oeil. Sous ce rapport, il nous semble bien, que les hygiénistes et les ophthalmologistes n'ont pas suffisamment remarqué le parti que l'on pouvait tirer d'un appareil actuellement déjà bien répandu: la machine à écrire. En diminuant l'effort de l'oeil, celle-ci , est à notre avis, appelée, à rendre de réels services. Son emploi nous parait tout particulièrement indiqué, pour arrêter les progrès de cette infirmité gênante et redoutable : la myopie; il s'impose même toutes les fois qu'une lésion oculaire menace la vision.

1º Utilité de la machine à écrire pour les myopes.

En dehors de l'influence héréditaire, difficile à atteindre, et qui n'agirait d'ailleurs que comme cause prédisposante, la myopie, d'après les ophthalmologistes, reconnait comme cause principale: la vision de près pendant la lecture et l'écriture. L'action nocive de la vision de près s'explique par les congestions passives, provoquées du côté de l'oeil par l'inclinaison prolongée de la tête, et aussi par les congestions actives résultant des excès de convergence et des efforts d'accommodation. Ces derniers produisent même fréquemment , par contracture du muscle ciliaire, une myopie dynamique, premier stade de

de la myopie axile définitive, que l'on arriverait plus souvent à dépister, si l'inspection oculistique des écoles était plus régulièrement faite.

L'ensemble des causes nocives productrices de la myopie disparait pendant l'écriture avec la machine à écrire. Celle-ci rend en effet difficile et inutile la vision de près. C'est ainsi que pour un myope, fut-il atteint de 10 dioptries, il est inutile, même sans verres, de se rapprocher de moins de 40 centimètres, pour apercevoir suffisamment les touches, et les caractères qui y sont imprimés; d'autre part l'obligation de dominer du regard l'ensemble du clavier, rend gênante l'action de se pencher: de là l'attitude droite, que prennent spontanément les dactylographes, lesquels se tiennent à au moins 40 centimètres de leur clavier.

D'ailleurs l'usage de la machine àécrire devient rapidement automatique: et point n'est besoin d'une pratique longue et compliquée, pour arriver à s'en servir sans le concours de la vue, à une vitesse dépassant notablement celle de l'écriture ordinaire, surtout lorsque la machine est pourvue d'un clavier peu étendue, où les touches peuvent chacune imprimer plusieurs signes.

Par l'emploi de la machine à écrire, le myope peut donc, non seulement se mettre à l'abri des causes susceptibles d'aggraver son infirmité du fait de l'écriture, mais encore, en se servant de sa machine sans regarder, il peut mettre sa vue au repos pendant l'acte de l'écriture.

On a quelquefois cherché à déterminer la part de l'écriture

dans le développement de la myopie. Sans diminuer l'influence considérable de la lecture, on doit convenir que l'écriture joue aussi un rôle très important. Il suffit de considérer en effet l'attitude des myopes pendant la lecture et l'écriture, et on constatera que beaucoup d'entre eux ont plus de tendance à se rapprocher du papier que du livre. Suivant les sujets et aussi suivant les professions, la myopie peut donc être souvent plus particulièrement influencée par l'écriture.

Nous ferons enfin remarquer que l'écriture des myopes est en général une écriture fine, irrégulière, ne présentant qu'une lisibilité médiocre, et par conséquent fatiguante à tracer et à relire. Ce défaut disparait avec la machine à écrire, qui devient pour le myope un instrument de repos quand il écrit, et remplace son écriture, fatiguante pour lui et pour autrui, par une écriture très nette, d' une grande lisibilité.

Utilité de la machine à écrire pour les sujets atteints de lésions oculaires.

Chez les sujets atteints de lésions oculaires, sutout lorsque ces lésions intéressent les membranes profondes, toute fatigue visuelle doit être évitée, même en dehors des poussées aigües, afin de prévenir les rechutes.

Les oculistes recommandent alors la plus grande modération dans la lecture et l'écriture, et parfois même leur suppression totale. Mais ces prescriptions ne sont certes pas suivies par tous les malades. Beaucoup les transgressent, les uns par tem-

pérament, ne pouvant s'astreindre à une rôle aussi pénible, les autres par obligation professionnelle. Or à ces malades , la machine à écrire peut apporter un réel soulagement physique et moral, en leur procurant la possibilité de faire sans fatigue leur correspondance personnelle et professionnelle, à la condition qu'ils se soumettent à l'apprentissage facile d'écrire sans regarder.

En parcourant les travaux consacrés à l'hygiène oculaire, je n'ai trouvé nulle part mention des services que la machine à écrire peut rendre. Pour ma part je suis intimement persuadé, qu'elle peut jouer un rôle très efficace dans l'hygiène des myopes, pour lesquels une augmentation de quelques dioptries, surtout lorsque l'infirmité atteint un degré élevé, est loin d'être une chose indifférente. Le soulagement qu'elle procure, m'a aussi convaincu, qu'elle pouvait être non moins utile pour cette catégorie assez nombreuse de sujets, demi- voyants ou demi-aveugles, pour lesquels il convient de conserver le plus longtemps possible un lambeau de vision.

Aussi bien que certainement il se rencontre que des personnes menacées dans leur vision aient parfois spontanément recours à la machine à écrire, pour ménager leurs yeux, le silence des hygiènistes sur ce point m'a un peu inquiété. Ce silence résulte d'un oubli; mais cet oubli peut se glisser dans les conseils et les prescriptions; c'est pour ce motif que j'ai cru devoir appeler l'attention sur la machine à écrire en matière d'hygiène de la vue.